

14. Istenem, a csendben, a mennyország előcsarnokában tölts be önmagaddal!

Imádkozzuk el a 147. számú éneket:

*Jöjj el, Jézus, én szerelmem,
Jöjj el, édes Istenem!
Hozzád siet az én lelkem,
Jézus, gyönyörűségem.*

Próbáljunk egyre több időt hagyni a csendességre, hogy a csendben maga Isten szóljon hozzánk! Először ezt a **lecsendesedést igényeljük!**

A sivatagi atyák imádkozási helyén jelen lévő **csend olyan, mint a mennyország**, ahol Istennel készül találkozni a világot hátrahagyó ember, illetve ahol maga Isten akar találkozni az emberrel. Ahogyan énekeljük: *e világ csalárd hívság*. Mindaz, amivel hív, az csalóka. *Nem is tetszik énnékem, én a csendben* Istent választom.

1. **Próbáljam magam mögött hagyni a csendben mindazt, amire a világ hív**, hiszen most Istennel készülünk betöltődni. „Istenem, tölts be önmagaddal!”

Ennek a lelki csendnek, belső magánynak az a legnagyobb előnye, hogy az ember egyedül tud lenni Istennel. Erre vágyódjam!

Ha a gondolataim elkalandoznak vagy a külvilágból valamilyen benyomás ér, mondjam ki imaszó gyanánt: „**Istenem, tölts be önmagaddal!**” Akkor ez a döntés, hogy Őt választottam és nem ezt a világot, **visszairányítja lelki képességeimet**: értelmemet, akaratomat a csendhez, illetve **Istenhez**. Lelkem Istenben időzik. Próbáljam megélni a Tábor-hegyi élmény apostolok által történt megfogalmazását: „*Uram, jó nekünk itt lennünk!*” (Vö. Mt 17, 4). Jó nekem, Istenem, Benned elidőznöm!

2. Most érzékeljem, hogy **hogyan vesz körül a levegő!** Ennek az élménynek az alapján próbáljam lelkileg megélni, hogyan vesz körül **Isten!** Hagyjam, hogy ez az engem körülvevő levegő szelíden **betöltsön** a mélyebb, lassabb, tudatosabb lélegzés által! Ez a levegővel való betöltődés élménye segítsen megélni, hogy hogyan tölt be az engem körülvevő Isten önmagával! Olyan jó a friss, éltető, oxigéndús levegő! Így **próbáljak örülni az engem betöltő Isten jóságának is!**

3. De lelkem magánya, remeteségem – amely tehát a mennyország előcsarnoka, ahol Istennel készülok találkozni – nemcsak a levegőt segít átélni, amely körülvesz és betölt, hanem a *csendet* és a csend ellentétét, a *zajokat* is. A csendben **a zaj** még élesebben, jelentkezik. Már ismerjük a megoldást. Hogy ne kavарja fel lelkünket a zajforrás, hagyjuk, hadd működjön a zaj a maga természete szerint! Jó tudatosítani, hogy a zajok forrásai is teremtmények, és ezek is Isten világából valók. Ha a zajok el is jutnak a fülemig, ott megparancsolhatom nekik: megállj! **Nem engedem e zajokat a lelkemig eljutni, nehogy felháborítsanak, zavarjanak.** Hagyom, hadd működjenek a maguk természete szerint.

A zajok és neszek ellenére is tudom érzékelni **a csendet** a fülemmel. Engedjem, hogy úgy vegyen körül, akárcsak a levegő. A külső csendet engedjem belém hatolni, hogy belső csenddé váljon! **Élvezzem magamban a csendet!** Ez a belső csend is **örömmel** tölt el.

4. **Ez a remetemagány**, ez a sivatagi csend bármennyire is egyedül való létnek látszik, **mégis közösség**. Elsősorban a Szentháromság személyeivel, de mindazokkal is, akik közösségben vannak Istennel. **A lélek csendjében tudunk ráfigyelni az Atyára**, az én Mennyei Atyámra, **a Fiúra**, az isteni nagy testvéremre és a **Szentlélekre**, a közösséget létrehozó élő **Szeretetre**. A szentháromságos egy Isten jelenlétében elsőként **Szűz Máriát**, az ég és a föld Királynőjét veszem észre, azután az **angyalokat és a szenteket**. Ó Mária, égi Édesanyám, de jó, hogy közösségben lehetek veled! A Szűzanya mellett ott van Szent József is, az ő szent jegyese, Jézus gondviselője, és mindnyájunknak, mint Krisztus egyháza

tagjainak gondviselő atyja. De jó, hogy velem én is közösséget, részt kaphatok a Szent Családból!

a) De emeljem fel a tekintetemet a menny ragyogó lakóira: **Isten angyalaira és a szentek hatalmas seregére is!** Meghatva érzékelhetem, lélekben átélhetem, hogy **a mennyország behajlik a földi szférába**, és magányom imádságos csendjében nemcsak a mennyekkel élem meg a közösséget, hanem **a földi testvéreimmel is!** A **magány**, a visszavonultság csendje azért is kell, hogy jobban észrevegyem földi testvéreimet is! Nem baj, ha nem látom őket – mint ahogyan behunyt szemmel a mellettem ülőket sem látom –, de tudom, hogy vannak, itt vannak, és együtt vagyunk Istenre irányuló közös hitünk, reményünk és szeretetünk által. Engedjem, hogy egyre jobban betöltsön ez az egyetemes, nagy közösség!

b) Ahogyan az operatőr a nagy tömegjelenet után egy-egy arcra irányítja rá a kameráját, úgy most én is **próbáljam megkeresni a számomra leglényegesebbet!** Keressem, hogy ki az, akire a legnagyobb gyönyörűséggel nézek közelképben, premier plán, akinek a nézésével szívesen töltöm be lelkemet, akinek a szeretésével lelkesen töltöm be szívemet!

c) Lelki szemeimmel valami nagy, ragyogó fényességet láthatok. Irányítsam rá lelkem kameráját még közelebb! De ahogyan a legragyogóbb, legfényesebb felé közelítek, úgy szükségem van látásomnak a közelbe hozó távoli felvevőnél, a teleobjektívénél is hatékonyabb tágítására. Nos, **Isten az a legfőbb, akit olyan nagyon keresek, szívesen nézek és lelkesen szeretek!** Ne csak hallgassam, hanem nézzem is! Tágítsam, még tágítsam a látószögemet 360°-os körpanorámára, mert **minden Istenben létezik, és Isten benne van mindenben! Ő a lét teljessége!**

5. Hatalma elnyomja értelmemet. Egyedül a szívem alkalmas arra, hogy befogadja ezt az isteni teljességet. Ő a lét, Ő az, aki *van*. Nemcsak Mózesnek, hanem most és itt **nekem is kinyilatkoztatja magát.** Jobban, mint a felvevőgép a teljes képet. Befogadhatom a szívem hajlékába a végtelen *létezőt*, mert Ő akarja, mert **Ő akar eljönni hozzám**, lelkem hajlékába.

a) Ó, mennyire **kell még tágítani** az én kis szűk **szívemet!** Ki kell takarítanom minden szennytől, hogy az isteni vendégemnek méltó hajléka legyen! **Erényvirágokkal kell kicsinosítanom**, hogy az *isteni vendég* jól érezze magát nálam. Itt a lelkem hajlékában mondja ki Isten a végtelen szót, amelyet öröktől fogva, örökké mond: **Én vagyok!** (Kiv 3, 14). Megélhetem, hogy a lét, az Ő léte **jelenlétté** születik bennem.

b) A *lét teljessége*, az Atya jelen van a Fiában és a Fiú az Atyában. Bennem is! Ó, hogy betölt ezzel a drága létevel, *jelenlétevel!* Gyermek módjára – hiszen a gyermeke vagyok – szabad mondanom, amit a gyermek akkor mond, amikor valami nagyon ízlik, tetszik neki: **„Még, még jobban tölts be önmagaddal, Uram!”** És betölt, mert szeret.

c) A két isteni személy, az Atya és a Fiú bennem is szereti egymást. A *lét teljessége*: az **Atya**, illetve a *jelenlét teljessége*: a **Fiú**. Mellettük és velük **itt van lelkem hajlékában** kettőjük szerető *együttléte*, a végtelen szeretet: a **Szentlélek is**. Hogy nem hasad meg a szívem! Az, hogy nem reped szét az örömtől, csak Isten irgalmának köszönhető. Mert Ő nem rombolni jött, hanem építeni, életet adni, önmagát ajándékozni. **A szerető együttlét örömeivel tölt be.** Engedem, hogy egyre fokozódjon, eláradjon és túláradjon lelkemben az öröm.

A szeretet, öröm, békesség... a Szentlélek gyümölcsei (Gal 5, 22). Ó, mennyire igaz a kinyilatkoztatás! Mit élhetett meg Szent Pál apostol, aki ismerte a Szentlélek gyümölcseit! Miket nyilatkoztatott ki neki Isten önmagáról, belső életéről! **Milyen jó, hogy Isten velem is közli ezt a szeretetet, örömet, békét**, vagyis a Szentlélek bennem is ezeket a gyümölcsöket akarja hozni!

Éppen erről beszél Jézus: *Aki szeret engem, azt Atyám is szeretni fogja, szeretni fogom én is őt, és kinyilatkoztatom magamat neki* (Jn 14, 21). Nyilvánvalóvá teszi *jelenlétét*, megtapasztalhatóvá, szinte kézzelfoghatóvá a *szeretetét*.

Ha tudom, mondjam ki neki szavakkal, de szavak nélkül is megélhetem:

- Olyan jó, hogy *vagy, lét teljessége, Istenem!*
- Olyan jó, hogy betöltesz Önmagaddal!
- Hiszen úgy vártalak!
- Vágyódtam utánad, mint a kicsiny gyermek a szülei után!
- És most itt vagy!
- Nemcsak vagy, hanem jelen vagy!
- Nemcsak jelen vagy, hanem Te vagy a *szerető Jelenlét*, aki hajlandó vagy betölteni magaddal!
- **Szerető isteni Jelenlét, légy még jobban jelen az életemben, bennem!**
- Szerető isteni Jelenlét, növekedj bennem! Én szívesen kisebbedem, hogy egyre jobban átadjam magamat, helyemet Neked! (Vö. Jn 3, 30).
- **Élek, de már nem én, hanem Te énbennem!** (Vö. Gal 2, 20).

„**Istenem**, szentháromságos Istenem, milyen is lesz az a boldog mennyei lét, amikor mindig így leszel velem? **Milyen is lesz az az örök boldogság, amely nem múlik el soha**, és amikor a maga teljességében élhetem át azt, amit itt, a csend világában, a mennyország előcsarnokában megengedtél, hogy átéljem?”

Befejezésül imádkozzuk el a 136. számú éneket:

*Ha szenteknek nagy szívével,
Angyaloknak lángnyelvével
Köszönhetne minden lélek,
Méltón úgy sem dicsérnének.
Üdvözlégy, szent Szakramentom,
Százegerszer, meg ezerszer, én Jézusom!*